



”Har du under sommaren servat dig själv?

KRÖNIKA
Tina Persson

FOLKRACE

Jo, det är sant! Jag gillar verkligen folkrace.

Här är det gamla bilar som kör så fort dom bara kan, och så länge dom orkar. Helt plötsligt kan den bilen som låg först gå sönder och den som var sist är den som tar sig först i mål.

Jag gillar verkligen när bilarna prejar varandra, och där en bil kan kantra och rulla ner i ett dike. Å, vilken härlig upplevelse dom bjuder på, mera!

Jag vill ha mera kraschade bilar för det ger så mycket mer än om alla bilar skulle åka runt, runt utan någon spänning alls.

Vissa bilar behöver få drag hjälp av banan, och andra bilar behöver få hjälp av en traktor. Enbart för att hela bilen har blivit okörbar. När banan sedan är redo, står där nästa gäng redo att göra sitt allt för att vinna racet. Här ska jag fram, kosta vad det kostar! Vinsten är det stora priset!

Till slut finns en vinnare! En vinnare som efter mycket slit och hjälp, fått sin folkrace bil över mållinjen. Vinnaren får kliva upp på podiet, höja bucklan och därefter pusta ut.

Jag gillar verkligen att kolla på folkrace. Det är också en härlig familjeupplevelse, där generationer umgås tillsammans. Därför är det trots att jag tycker det är superkul, väldigt ensamt för mig. För hur kliver du in i en stark familjegemenskap som denna?

Förutom att jag idag vill berätta att jag verkligen gillar folkrace. Det är att jag vill göra en liknelse med oss människor, och alla folkrace bilar som kör ända in i kaklet. Och kanske ännu längre, innan det tar stopp.

Jag själv har lätt för att se liknelser, och det här är en liknelse som jag hoppas ska sätta fart på dina fastbrända tankar. För kanske har du trots semestervila, samma status som en folkracebil? Det är knappt så du håller ihop, du kan gå sönder vilken sekund som helst.

Trots att du har haft fyra veckor semester, så ska du nu växla upp och starta upp arbetet igen. Det är nu dags att vrida på nyckeln, som har legat i byrålådan fyra veckor. Frågan är nu om du ens kan komma igång, eftersom du inte har sett till att serva dig själv under semester?

Kanske du bara stängde av motorn, när du gick på semestern i ett skick som nu inser var så bra. Du orkade helt enkelt inte ser över din status, utan du tänkte det löser sig när det är dags.

Du kanske nu minns att du hade hört att motorn knackade och levt om. Du förstod även att något i avgassystemet hade gått sönder, för avgaserna inne i bilen gjorde dig illamående och trött. Symptomen fanns där så tydliga innan semestern, men allt du gjorde var att stänga av när du gick på semester.

Det får lösa sig sen! Hur i så fall? Precis som folkracebilarna direkt efter loppet, åker tillbaka till sitt ”garage” och ser till att serva det som går för att köra nästa. Där många hjälps åt, att laga bilen för att den ska orka ett tag till.

Men där sitter du efter ett lopp, och bara väntar på nästa. Det löser sig trots att bilen blev bärgad av en traktor, då du kört ner i diket. Det löser sig, eller nu ska dom få se!

Nu ska dom få se att det här går inte, men om du inte tar ett eget ansvar och inte vågar berätta. Vem kommer då få reda på det? Jag vet också att många vågar berätta, men inte får något gehör. Då även den som borde ta ansvar, också är i samma situation som dig.

Så många människor är idag som en folkracebil, dom kör som idioter tills dom verkligen går sönder. Och sedan hamnar dom på skrothögen, i väntan på att någon ska göra något. Någon, frågan är vem är det idag?

Det vi också vet idag det är att även du som servar ditt liv och där livet känns som en Formel 1 bil, så kan det ändå gå sönder. Helt plötsligt mitt i livet, händer något och hela livet går sönder.

Så min fråga till dig i dag är. Har du under sommaren servat dig själv? Har du tagit vara på tiden för att se över dig själv, och då hela ditt liv? Många skyller på att det är arbetets fel, men jag vill påstå att det är alla våra 24 timmar, som kan ge dig motorhaveri i slutändan.

Augusti är en underbar sensommar månad. Så även om du känner dig som en folkracebil idag, finns det alltid möjligheter att göra en nystart. Varje dag och flera gånger om dagen, eller hur?

Din mentala hälsoinspiratör
Tina Persson